

ふじさき歯科 デンタルニュース

2010年 No.18



脚気かきの医学史

日本で最も評価の高い医学者は、と聞かれたら私は迷わず、脚気の予防法を発見し、又、慈恵医大を創立した高木兼寛博士を挙げます。

歴史小説「坂の上の雲」によって明治の群像が描かれた日清・日露の戦役当時、日本は西欧に対しあらゆる事に背のびし、海外の知識・技術を取り入れ反芻していた時代だったのだと思います。

この頃、というよりも江戸元禄の時代から日本では脚気が広く蔓延していました。特に富国強兵という軍隊の増強とともに、脚気は兵営で増加し、その対策がとられるようになる大正時代頃まで、日本全国で毎年二万人以上が脚気で死亡していました。日清・日露の戦時には前線将兵のほぼ四分の一が脚気となり、それは総傷病者数の実に二六分の一というありさまであったそうです。

脚気の予防は解決しなければならぬ重要な課題だったのです。しかしながら病因については当時、中毒説、細菌伝染説、栄養障害説など（これも、これも論ぜられ、治療の決め手を欠いていました）。

陸軍では、ドイツのコッホの下で学んだ軍医森鷗外が細菌原因説を唱えて

おりました。これに対し、イギリスで衛生学を学んできた海軍医総監の高木兼寛は食物原因説を唱え、真つ向からこれと対立しました。

高木はある時、咸臨丸に次ぐ第二次アメリカ訪問の軍艦「筑波」の航海記録の調査で、ある事に気がつきました。それは、洋食を食した乗組員には脚気が出にくいという事です。更に調査を進めると、水兵の食事は現金が支給され、米だけは負担金を支払うが副食は自由意志に任されていたことを知りました。当時は家が貧しい者が多く、水兵の多くは副食代を貯金して故郷に送金していたそうです。脚気は食料事情の良い士官に皆無で、水兵に多く多発する傾向がありました。そこで「筑波」により壮大な実験航海をし、食事による、脚気の予防試験を行ったのです。そして脚気の原因は「栄養バランスが崩れた食物の摂取」と結論しました。



この話は現代の医療の論理、EBM（証拠にもとづく医療）の例として良く引用されており、百年も前の経験医療の時代に、見事にこのような立証をなしたのです。

これにより海軍の脚気患者は激減したのですが、陸軍では森鷗外の死去後まで細菌説を唱え続け、脚気は大正末期まで続いたそうです。

この高木の功績は、その後鈴木梅太郎のオリザンの発見、ポーランドの化学者フンクのビタミンの抽出へと続き、世界的な評価を得ることになりました。

南極大陸には有名なビタミンの研究者や、栄養学者の名前が命名された岬があるようですが、日本では高木のみだそうです。

以上の事は吉村昭著の歴史小説「白い航跡」に詳しく書いてあります。ぜひ御一読を。

それにしても百年程前の日本には夢・希望・誇り・気概などがあふれかえり、世界的にも認められた人材がなんと多く存在していたのでしょうか。そのような日本に戻る事はもうできないのでしょうか。

院長 歯学博士 藤崎真人

新入社員のあいさつ



はじめまして。4月から勤務している
歯科医師の木村友之です。まだまだ未
熟で、至らない所があると思いますが、
誠心誠意で行動したいと思っています。
努力する事を忘れずに、少しでも患者
様のためにプラスになるように日々精
進していきたいと思っています。お口の中
だけに限らず、気持ち的にも健やか
になつて頂くように努めていきますので、
宜しくお願い致します。

歯科医師 木村

はじめまして。歯科衛生士の海老名
未帆です。

今年、専門学校を卒業し、4月からふ
じさき歯科医院でお世話になっていま
す。明るく挨拶と丁寧な対応を心がけ頑
張りたいと思います。よろしくお願
いします。

歯科衛生士 海老名

はじめまして。この春専門学校を卒業
し、4月からふじさき歯科医院で働か
せていただいている歯科衛生士の十文
字愛美です。
まだまだ、至らない点が多く、ご迷惑を
おかけすることもあると思いますが、一
つ二つを大切に一生懸命頑張りますので
よろしくお願致します。

歯科衛生士 十文字

はじめまして。4月からふじさき歯科
医院で働かせて頂くことになりました。
歯科衛生士の中島未智です。

今年専門学校を卒業し、地元を離
れ、高島平へと移ってきました。初めて
のことだらけで、社会人としても歯科
衛生士としてもまだまだ未熟ですが、一
生懸命頑張りますので宜しくお願いし
ます。

歯科衛生士 中島

はじめまして。3月からふじさき歯科
でお世話になっている、歯科助手の名波
美穂です。助手二年目と経験が浅いの
で、至らない所も多々あると思いますが、
患者様の為に精一杯努力しますのでよ
ろしくお願致します。

歯科助手 名波

ナースキャップ廃止に

ついて

ふじさき歯科医院では、今年1月より
ナースキャップを廃止致しました。ふじ
さき歯科医院だけに限らず、現在多く
の病院等でナースキャップは廃止され
ています。

廃止に至つたのにはいくつかの理由が
あります。一つは、近年のめざましい医療
技術や機械の発達で院内の環境が変
化したことにより、ナースキャップが医
療機器に当たるなど危険である、とい
う機能的な面での理由です。

次に、キャップの形を保つための糊付
けに使用されている、コンスターチが細
菌の培地となり細菌の繁殖を助長す
る、という衛生的な面での理由です。

これらの理由からその必要性が問わ
れ、現在多くの病院が廃止へと踏み
切っているのです。特に近年では、
MRSA(メチシリン耐性黄色ブドウ
球菌)による院内感染が社会問題と
なりました。その結果、衛生面が考慮
され廃止の傾向は急速化してしま
した。

ナースキャップは、1850年代ヨー
ロッパのフロレンスナイチンゲールの登
場と共に誕生し、世界の多くの国で
ナースの象徴となるまでに受け入れら

れ広まりました。誕生からおよそ
150年たった現在でもナースキャップ
を使用している病院はまだあります。
それは「白衣の天使」と呼ばれ、多くの
人々に親しまれてきたからだと思いま
す。ナースキャップに親しみの深い方は、
「廃止」と聞いて少しさみしく感じる
方もいらっしゃるのではないでしょうか。
しかし、ナースキャップに対する社会の
考え方は変わりつつあり、昨今の衛生
的・機能的重視の考え方にとても賛成
できます。ナースキャップの廃止は多く
の理由からやむを得ないと思います。
近い将来、ナースキャップが医療の現場
から消えてしまふ日も来るのでし
ょう。でも、これも全て医療の技術や考え方
などが日々進歩している証とも言える
のではないのでしょうか。

歯科衛生士 小川



インプラントって

どうなの？

みなさん「インプラント」と聞くと何を想像されますか？

私自身、日々の診療の中で患者さんから色々な思いを聞かせて頂いています。

漠然と手術が恐かったり、費用がどのくらいか、痛いのではないかと、不安をお持ちの方がたくさんいらっしゃいます。

インターネット等で色々な情報も入り、とても詳しい患者さんもいらっしゃいます。

藤崎歯科医院では25年前から「インプラント」治療を取り入れてきました。私自身も学会や講習会などで知識を得て実習などを行い、院長や先輩歯科医の指導の下で数々の経験を積み、「インプラント」を治療の一つとして患者さんに提供させて頂いております。

今回は「インプラント」をより身近に感じて頂くために、難しい技術の話ではなく患者さんの声を紹介したいと思います。

「一生使えるの？」「骨を削って大

丈夫？」「全身麻酔？」「ご飯

飯は？」「失敗したら？」

「高いんでしょ？」「もう歳だ

し…」「MRIを受けられな

くなるの？」と言った話をよく耳に

します。中にはご興味をお持ちで

も、ご自身で判断されて諦めていた

患者さんもあり、入れ歯の修理

をきっかけにインプラントをするこ

とになった方もいらっしゃいます。

また、「インプラント」を入れると決

められた方は

「悪くない歯を削りたくない」「入れ

歯だけは嫌だ」「入れ歯は厚くて味

がしない」「どんどん入れ歯が大きくな

ってくる」「ブリッジは違和感があ

る」「入れ歯は話しにくい」「入れ歯が

動く」と言った理由から「インプラン

ト」を選択される方が多いです。

実際「インプラント」を入れた方は

「噛める！」「外食が楽しくなっ

た」「思いっきり笑える」「歌が歌え

る♪」「みんなと旅行に行ける」

こういった患者さんの声をお読みに

なつて少しでも興味をお持ちいただけ

ましたらお気軽にご相談下さい。

「インプラント」は必要な検査を

インプラント治療と従来の治療方法の比較(歯を1本失った場合の例)

部分入れ歯	ブリッジ	インプラント(人工歯根)
		
<p>バネを状態の良い歯にかけて人工歯を固定する方法</p> <p>〈メリット〉</p> <ul style="list-style-type: none"> • 短い治療期間(簡単に作れる) <p>〈デメリット〉</p> <ul style="list-style-type: none"> • バネをかける歯の負担が大きい • 違和感がある • 噛む力が弱い 	<p>失った歯の周りの歯に冠などをかぶせ、それらを連結し、歯を作る方法</p> <p>〈メリット〉</p> <ul style="list-style-type: none"> • 短い治療期間 • 違和感が少ない <p>〈デメリット〉</p> <ul style="list-style-type: none"> • 土台(両側の歯)となる歯を削る必要がある 	<p>金属(チタン)を骨の中に埋入し、その上に人工歯を作る方法</p> <p>〈メリット〉</p> <ul style="list-style-type: none"> • 味覚に影響を与えにくい • 噛む力が回復 • 骨がやせ細るのを防ぐ • 他の歯の負担を軽減する <p>〈デメリット〉</p> <ul style="list-style-type: none"> • 手術が必要 • 時間がかかる(骨とインプラントが付くのを待つため) • 保険治療外

口に合ったものを選択します。上に記載したご質問にもお答えいたしますし、それ以外にも気軽にお聞かせ下さい。

最後になりますが、私自身「インプラント」がこんなに患者さんに喜

ばれ、今までの悩みを見事に解消するものである事を日々実感しています。患者さんが喜んで頂いている話を聞けるのはとても幸せです。

歯科医師 久世・鈴木

喫煙と歯肉について

近年、喫煙が健康を害することを問題として、公共施設でも全面禁煙の場所が増加したり分煙スペースが設けられていることが、多くの人に知られていると思います。そこで喫煙によってお口の中に与える影響や歯肉の変化について知りたいと思いを調べました。

喫煙している方のお口の中で最初に目に付くのは着色です。たばこの煙の中に含まれるタールが歯に沈着し、気付いた時には前歯の裏側が真っ黒になり、いくら歯磨きを繰り返しても元の白さに戻らないことを、喫煙している方は経験しているのではないのでしょうか。

この状態になると、歯の表面がザラつき始め、ブランク(歯垢)が付着しやすくなります。お口の中の環境が良くないと、むしろ歯になりやすくなること、歯周病が進行してしまうことが考えられます。

また、煙の中に含まれているニコチンは、たばこの依存症を作り上げると同時に、歯肉に吸収されることで、歯周病にかかりやすくなったり、悪化させてしまう傾向があります。歯のまわりの組織を弱らせてしまうため、歯周病の治療を続けても治りが遅れてしまう事も多いようです。

歯だけではなく、歯肉も黒ずんでしまったり、喫煙者独特の口臭も気になります。

喫煙することで、病原菌に対する攻撃力が弱まると、病原菌の侵入を示すサインが遅れます。歯肉の腫れ・出血・痛みになかなか気付かず、手遅れになってしまったということもあるようです。お口の中の粘膜や、舌や歯肉はたばこの煙にさらされ、口腔がんを発症してしまう確率を高め、寿命を縮めていきますし、その煙を受動喫煙で吸い込む周りの人々にも同じ影響をもたらすことでもあります。

喫煙開始年齢が低いほど強く影響が現れ、親が喫煙者だと、その子供も喫煙者になることが多いようです。

喫煙によるお口への害を挙げましたが、ニコチンによる身体的依存、喫煙の習慣化という心理的依存がありますので、すぐに禁煙を開始できるという方はほとんどいないと思います。喫煙することで得る利益より、喫煙のための不利益が大きいことを伝える、禁煙支援をしている組織が作られ始めています。ニコチンパッチによる代替療法や、なるべく喫煙から気持ちをそらせるように運動したり、禁煙経験者の話を聞いてみることで、周りの喫煙者と一緒に禁煙を開始する、禁煙を始めることを宣言する等、さまざまな方法がありますので、試してみるのも良いかもしれません。

私たちは、通常時の勤務とは別に自主的に課題を決め、勉強した内容を毎月発表し合っています。

「虫歯の歴史」

虫歯の原因が解明されておらず、現在の様に優れた治療法もなかった昔、歯が痛くなったりと人々の不安や恐怖は相当なものであったと思います。

では古代人にとって虫歯とは、一体どんな存在だったのでしょうか？

古代において虫歯とは、口の中に虫がいる様でもあるし、歯茎が痛み、腫れて熱を持ち、あごの周囲がまるで蒸されたようになるので「蒸し歯」だという説もあったようです。

しかしその原因は不明で、悪霊や怨霊の仕業であったり、口の中に目に見えない虫がいて、それが歯を食べてしまうのだと考えられていました。

古代の人々にとっては、その原因が全くわからないのだから、不安を通りこして得体の知れない不気味な現象であったはずで

しかし、口の中に虫歯を作る見えない何かが存在するという事は、誰しも漠然と考えていたのではないでしょうか。

〔古代の虫歯治療法〕

日本では、縄文時代には既に歯を削ったり抜いたりすることはありました。しかしこれは、歯の治療の為ではなく、通過儀礼や呪術の一つとして行

なわれていたようです。

虫が歯を食べてしまうと考えると、書いていた昔の治療法では、呪文を書いた紙を噛み締めたり、評判の絵馬を奉納したりと、やはり効果的なものはありませんでした。

また、口の中を煙でいぶして虫を殺そうとする考えもあり、これを行なうと「小さな虫が、あたかも追い出されたかのようにいなくなる」と言われていました。

〔虫歯と食文化〕

長い歴史の中で、古代の狩猟と採取が中心の時代では、虫歯はほとんどみられませんでした。

しかしその後、人類は農耕生活を始め、獲られた米や芋などを加工調理することで、より虫歯になりやすい状態(軟質のでんぷん)にして食べるようになり、虫歯は増えていったとされます。

さらに時を経て、約400年前に砂糖が食品として登場し、大量生産、大量流通するようになって、虫歯は広く一般的な疾患となりました。

このように虫歯は、食生活の変化と文明の発達によって食生活が豊かになり、人々がよりおいしいものを求めた結果増えてきたのです。

このことから、食べるものを極端に制限すれば、虫歯は激減するのではないかと考えられます。しかし人は「食」を味わい楽しむとしており、虫歯になりやすい食物を、一概に絶対厳禁と考えるのは淋しくも感じます。

禁煙すると、徐々にはありますが、歯肉の黒ずみが取れていきます。歯の着色を専用の機械でお取りすることで、歯がツルツルになります。汚れが付着しにくくなるため、ホームケアでの清掃効果が上昇します。

身体全体で見れば、お口はほんのわずかなフィールドです。喫煙を続けることで、身体にダメージを与えているのも事実です。禁煙することによるストレスと、喫煙による身体への影響。選択するのは自分しかいません。勇気を出してみませんか。

歯科衛生士 高橋



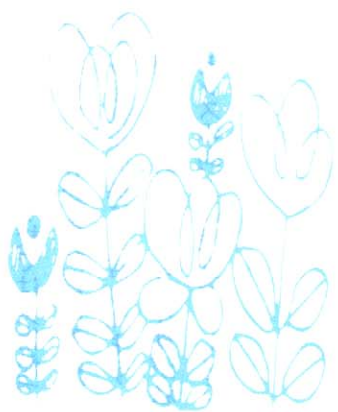
「飽食の時代」と呼ばれる現代において、私たちは、好きなものを自由に食することができるようになりました。それだけに、歯のために良いか悪いかだけで食品を選択する事は難しいと思います。

大切なことは、嗜好品の量と内容を考え、適量を楽しむ姿勢ではないでしょうか。

虫歯の痛みは、いつの世においても耐え難い苦痛であったことでしょう。

しかし原因が解明された今では、虫歯は心がけ一つでかなり防ぐことができます。「虫歯になったら治療する」より「虫歯になるのを防ぐ」方が重要なのではないのでしょうか。砂糖消費量にもまして、虫歯予防が進んでいる現代に生まれた事に感謝しながら、私は毎日のブラッシングを行ないたいと思います。

受付 飯島



私の趣味

藤崎歯科写真部発足!?



こんにちは。藤崎歯科きつての趣味人間、歯科技工士Nです。以前こちらで犬を飼っているお話をさせて

頂きましたが、数年愛犬の写真を撮り続けている内にコンパクトカメラでは物足りなくな

って来て、最近デジタル一眼レフカメラを購入してしま

しました。カメラマンが持つ様なあの黒い大きいカメラで

す。違いの細かい説明は難しいですが、光を受け

取る機械の面積がコンパクトカメラよりも大きいので、くつきりで繊細な、雑誌

の表紙やグラビアの様な写真が撮れます(撮る人が撮れば...)。細かい

設定も自分好みが出来て、レンズの交換も出来るので、すっかりハマってしま

した。そうこうしていると藤崎歯科

スタッフにも、お子さんの卒園、新入学や第一子誕生等を機にデジタル一眼レフカメラを



購入する人が増えて来て、操作や設定が細かく出来るだけに情報交換する機会も増えて来て、良い写真が撮れた時には見せ合ったり、ちょっとした写真部の様相。医院内で診療記録の写真にデジタル一眼レフカメラを使用している先生も

多いですが大抵の先生はそれだけにしか使っていないので「もつときれいに撮るにはフラッシュを」とか「絞りを開いて」とか口を出したりして面倒臭がられたりしています。私はあくまで趣味ですが、やや強引に自分の仕事にも関係付けますと、私の仕事の歯科技工士は機能の回復は当然ですが見た目も軽視は出来ません。審美眼、美的センス

も重要です。専門学校では美術館で絵や彫刻を見たり写真や書道等に触れる事も忘れない様にと言われます。新しく趣味に加わったカメラ、写真が私の美的センスの向上に役立つでしょうか??

歯科技工士

N



ENJOY! DISNEY!



三田線で日比谷線まで行き、1度地上へ。5分から10分程度歩き、有楽町国際フォーラムの脇から地下へ。そこはもう東京駅京葉線ホーム上。

JR舞浜駅に9時過ぎに着き、9時半にはInパーク。今思い出ししても、再びワクワクします！ まず、ゲートを入った瞬間から、空気がかわるのです！！

そして、目の前に広がる「これから楽しい事あるよ！」的な創り、大きなキャラクター達のモニュメント、アメリカ的なアーケード入口が呼ぶのです、自分を。そして足取りが軽やかに、やや小走りに。

アーケードを抜けると、目の前に大きなシンデレラ城が！そしてキャラクター達が！

ディズニーランドの紹介はこれくらいにして、働いている人達(キャストと言われています)から感じた事を紹介していきたいと思います。

まず、常に笑顔。そしてここで働いて

いる事に誇りを持って、楽しんで働いている様に感じました。近づいていくと笑顔で挨拶をキャストの方からしてくれて、子連れでしたのでよりそうだったと思うのですが、色々紹介してくれたり、キャラクターがあちちにいるよと教えてくれたりしました。

次に目に付いたのは、ゴミの無さでした。以前テレビで見たのですが、人がゴミを持って歩ける距離を実験で調べて、その距離でゴミ箱を設置しているそうです。それにプラスしてキャストの方が常に掃き掃除していました。

色々まだまだ書きたい事はあるのですが、歯科診療所で働くスタッフとして、見習う事が多数あった休日でした。

是非、また行きたいと思いました。なんだかディズニーが好きって事しか伝わらなさそうな乱筆を最後まで読んで頂きありがとうございます。

自分は東京ディズニーランドより少し年上ですが、此処の魅力の虜になっており、チケットが紙の5種類の頃より足を運んでいます。

診療所でもディズニー人気は高く、スタッフの小物にキャラクターグッズがあります。

気が付いたら声をかけてみてはいかが

でしょうか？

決して楽しくは無い「ふじさき歯科」ですが、患者さんの笑顔を見たいという処では、さほどディズニーと変わらないかと思いい、今後より一層頑張っていきたいと思います。

歯科医師 Y



あ と が き

「歯科技工所を見ませんか？」

近年歯科業界で問題になっていますが、歯科技工士の減少及び海外技工物です。(歯科技工士とはそれぞれの患者さんの歯の型に合わせて、銀歯や入れ歯を作る人たちです。)

以前にもこの紙面でお伝えしましたが、技工物製作料金の値下がりが続いて、所得の減少や、労働条件の悪化などで歯科技工士をやめる人が増え、今後歯科技工士を目指す人がますます減ってきているようです。

また、海外技工物の中に有害物質(日本では使われていない金属)が検出されたという報道もありました。

日本の歯科技工士は国家資格のため、歯科技工士以外の人が入れ歯などの技工物を作る事ができません。また、使用する材料や金属も国により決められています。しかし海外から輸入されている入れ歯等はそういった規制がないため、どのような技工物が入ってきているか解らないのが現状です。

お口の中に入る技工物がこのような不安がある物では安心できません。

当院では開業以来、専属の歯科技工士が作製しております。現在は5人の技工士が、皆さまのお口の中に入ります銀歯などを作っています。

裏方仕事なので、なかなか患者さんとはお顔を合わせる機会はありませんが、歯の型を見ながら患者さんを想像して、一つひとつ丁寧に手作りで、作製しております。

上記の様なマイナスの問題もありますが、本来歯科技工士の仕事とは、自分の作った技工物が患者さんのお口の中に入り、患者さんに喜んで頂ける夢のある仕事だと思えます。

もし、歯科技工士の仕事に興味をお持ちの方、将来歯科技工士になってみようかなと思っている方がいらっしゃれば、当院の歯科技工所を見学されてはいかがでしょうか？

ご自分の歯が作られる過程をご覧になるのも楽しいと思えますよ。(義歯〔取り外しが出来る入れ歯〕は板橋区内の提携技工所で作製しております。)



事務長 新 井

藤崎歯科医院の 『個人情報保護法』への 対応について

当医院は受診される皆様の個人情報
の収集及び管理をさせて
頂いております。

歯科医院における個人情報とは、
受診される方の氏名、住所、生
年月日、電話番号、職業、健康
保健情報、問診表、診療録、診
療内容、エックス線写真などが
あります。そのような個人情報
を守り、安心して治療が受けら
れるよう努めます。

患者様とのコミュニケーション
として毎年、年賀状・デタ
ルニュースを発送しております
が、希望されない場合は情報を
削除いたしますので受付までご
連絡下さい。

2010年発行

ふじさき歯科

診療時間 午前10:00～午後7:00 (受付6:30まで)
休診日 日曜・祝日

〒175-0082 東京都板橋区高島平8-5-6 オフィス 805 2F

TEL 03(3935)6471 FAX 03(3935)6606

<http://www.fujisaki-dent.jp>